

NO AL FUMO!



Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ATS Brianza

I benefici in numeri:

- **20 minuti** dopo **l'ultima sigaretta** la pressione arteriosa e la frequenza cominciano ad abbassarsi
- **24 ore** dopo il livello di monossido di carbonio nel sangue si normalizza
- **pochi giorni** dopo migliorano il gusto e l'olfatto, la resistenza fisica e l'energia
- **2-3 mesi** dopo anche la funzione polmonare mostra segni decisi di cambiamento
- **3-5 anni** dopo il rischio di infarto si abbassa notevolmente e si avvicina a quello di chi non ha mai fumato
- **10 - 12 anni** dopo il rischio di tumori diventa simile a quello dei non fumatori
- smettendo a **35 anni** si guadagnano 10 anni di vita
- smettendo a **40 anni** si guadagnano 9 anni di vita
- smettendo a **50 anni** si guadagnano 6 anni di vita

Insieme è più facile:

I servizi dove troverai professionisti esperti che ti supporteranno nel percorso:

ASST Lecco

- Lecco Ser.t corso Promessi Sposi, 1 tel. 0341 482920 per appuntamenti 039 9908991
- Merate NOA SERD via Santa Maria di Loreto, 80 tel. 039 9908991

ASST Brianza

- Monza NOA via Solferino, 16 tel. 039 6657139
- Seregno NOA via Bellini, 1 tel. 0362 984813
- Vimercate NOA via Ronchi, 6 tel. 039 665766